

бокое эмоциональное воздействие. Сам процесс познания действительности и ее отражение в образах искусства исключительно важны для их духовно-нравственного и трудового воспитания, ведет к формированию и развитию их художественного вкуса и, в конечном итоге, к личностному развитию.

А. С. Иванищева

г. Екатеринбург

АДАПТАЦИОННЫЕ ТРУДНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ ПО РЕМЕСЛЕННЫМ ПРОФЕССИЯМ

Проблема преодоления предполагает изучение закономерностей формирования и реализации процессов превентивной и оперативной защиты организма и психики от стрессогенных воздействий; развития и проявления различных стратегий (способов) и стилей поведения в этих условиях; личностной детерминации процессов преодоления; роли функциональных ресурсов в формировании приемов противодействия стрессов и др. В западной литературе эта проблема нашла отражение в понятиях «coping stress» и «coping behavior» [1, 4]. Исследованием преодолевающего поведения занимались: В.А. Бодров, Т.Л. Крюкова, С.К. Нартова-Бочавер, Р. Лазарус, С. Фолкман, Ю.В. Постылякова, В.А. Марков, Л.А. Пергаменщик, Н.Н. Лепешинский.

Несмотря на разработанность данной проблемы, существует ряд противоречий между:

1. Осложнением проблем преодоления трудностей студентами и недостаточным уровнем психологической готовности школьников к вхождению в профессионально-образовательную деятельность;
2. Возрастанием требований вузовского образования к управлению адаптационным процессом студентов и недостаточным уровнем готовности преподавателей к решению этой задачи.

Понятия «coping stress» и «coping behavior» подразумевают многообразные формы активности человека, охватывающие все виды взаимодействия субъекта с задачами и проблемами внешнего и внутреннего плана. Преодоление вступает в действие не только в тех случаях, когда сложность задачи превышает возможности привычных реакций, делает недостаточным нормативное приспособление, требует новых ресурсов, но и при необходимости изменить поведение в трудных жизненных ситуациях, при хроническом воздействии стрессоров и негативных повседневных событиях [3].

Понятие «coping» охватывает широкий спектр человеческой активности – от бессознательных психологических защит до целенаправленного преодоления кризисных ситуаций. В широком смысле слова coping включает все виды взаимодействия субъекта с задачами внешнего или внутреннего характера – попытка овладеть или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований проблемной ситуации. Дополнительные условия – как внешние, характеризующие саму задачу, так и внутренние, представляющие собой психологические характеристики субъекта, – заостряют содержание coping, отличая его от простого приспособления.

Копинговые реакции инструментально нацелены на то, чтобы повлиять либо на окружающий мир, либо на самого себя (или на то и другое). Результаты, возникающие вследствие адаптивных реакций, подвергаются новой оценке, а затем – в зависимости от ее результата – могут последовать дальнейшие, копинговые действия. С. J. Holahan, R. H. Moos, J. A. Schaefer сводят различные классы адаптивных реакций в две главные категории: приближение и избегание. Для обеих категорий авторы выделяют когнитивные и поведенческие варианты [9]. R. Schwarzer расширил модель Р.С. Лазаруса за счет включения в нее концепции контроля и Я-концепции [13].

Н. Хаан характеризует процессы копинга как целенаправленные, гибкие и адекватные реальности адаптивные действия, а защитные процессы понимает как навязанные, ригидные и искажающие реальность. К. Матени с соавторами трактуют копинговое поведение как любое усилие, направленное на предотвращение, устранение, ослабление воздействия стрессоров или позволяющее переносить их влияние наименее травмирующим образом. Преодоление обычно нацелено на поиск путей изменения взаимосвязи между субъектом, и условиями внешней среды или на снижение его эмоциональных переживаний и дистресса [11].

Р.С. Лазарус и С. Фолкман определяют понятие «coping behavior» как постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека. Преодоление должно рассматриваться как процесс, поскольку, несмотря на наличие некоторых устойчивых паттернов, взаимосвязь человека с условиями среды постоянно изменяется [12].

Под преодолевающим поведением О.С. Нартова-Бочавер понимает индивидуальный способ взаимодействия личности с трудной, кризисной, стрессовой ситуацией. Это разновидность социального поведения человека, смысл которого состоит в овладении, разрешении или смягчении требований, предъявляемых трудной ситуацией [6].

Обсуждаемый термин успешно существует «на перекрестке» двух выраженных тенденций современной психологии личности, что, по-видимому, и объясняет его широкую распространенность.

Во-первых, это перенесение внимания с субъекта на целостную ситуацию, в которой он действует. Именно ситуация во многом определяет логику поведения человека и меру ответственности за результат его поступка. В класс особых условий существования личности выделяют трудные жизненные ситуации, ситуации повседневности, типичные ситуации учебно-профессиональной деятельности.

Во-вторых, это укрепление позиций идеографического подхода в психологии, ориентированного не на общее и постоянное в личности, а на особенное и изменчивое, присущее конкретному человеку в определенных условиях. По мнению О.С. Нартовой-Бочавер преодолевающее поведение не умаляет возможностей субъекта, который достаточно свободен в выборе и ситуации, в которой оказывается, и собственного поведения. Поэтому выделение индивидуальных стратегий психологического преодоления дает богатые возможности как для сравнительного анализа, так и для индивидуально-ориентированных исследований в случае $N = 1$, поскольку набор жизненных ситуаций и репертуар способов их разрешения существенно меняются на протяжении жизненного пути человека [6].

Психологическое предназначение coping состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации, позволяя ему овладеть ею, ослабить или смягчить эти требования, постараться избежать или привыкнуть к ним и таким образом погасить стрессовое действие ситуации. Поэтому главная задача coping – обеспечение и поддержание благополучия человека, физического и психического здоровья и удовлетворенности социальными отношениями. Обобщая все выше сказанное, приведем основные определения понятия преодолевающего поведения в табл. 1.

Под адаптацией в широком смысле понимают приспособление к окружающим условиям.

Психологический аспект адаптации (частично перекрывается понятием социальной адаптации) состоит в приспособлении человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами [8]. Психическая адаптация связана с психической активностью человека или группы и понимается как взаимодействие процессов аккомодации (усвоения правил среды, «уподобления» ей) и ассимиляции (преобразование среды, «уподобление» себе) [2].

**Характеристика основных подходов к определению понятия
преодолевающего поведения**

Автор	Содержание понятия
В.Л. Бодров	Взаимодействие субъекта с задачами внешнего или внутреннего характера, которое сопровождается стремлением овладеть или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований проблемной ситуации
Н. Хаан	Усилия в поиске сохранения реальности
К. Матени	Любое усилие, направленное на предотвращение, устранение, ослабление воздействия стрессоров или позволяющее переносить их влияние наименее травмирующим образом
Р.С. Лазарус и С. Фолкман	Постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека
О.С. Нартова-Бочавер	Индивидуальный способ взаимодействия личности с трудной, кризисной, стрессовой ситуацией. Это разновидность социального поведения человека, смысл которого – овладеть, разрешить или смягчить, привыкнуть или уклониться от требований, предъявляемых трудной ситуацией, а также, возможно, предотвратить, своевременно разгадав ее неразрешимость или опасность

В традиционном плане адаптация обучающихся первого курса рассматривается как совокупность трех аспектов, отражающих основные направления деятельности студентов:

1. Адаптация к условиям учебной деятельности (приспособление к новым формам преподавания, контроля и усвоения знаний, к иному режиму труда и отдыха, самостоятельному образу жизни и т.п.);
2. Адаптация к группе (включение в коллектив сокурсников, усвоение его правил, традиций);
3. Адаптация к будущей профессии (усвоение профессиональных знаний, умений и навыков, качеств).

В реальной жизни эти аспекты неразрывно связаны между собой. Е.В. Шорохова, Е.С. Кузьмин и др. считают, что процесс адаптации определяется как процесс активного приспособления человека к среде, в результате которого, достигается соответствии жизнедеятельности личности с условиями среды или равновесие между ними [10]. Таким образом, понятие адаптации подразумевает трудности приспособления к учебно-профессиональной деятельности. Преодоление адаптационных трудностей может быть конструк-

тивным и деструктивным и сопровождается позитивными и негативными проявлениями.

Для предупреждения негативных проявлений нужна особая образовательная деятельность преподавателей по управлению адаптационным процессом и проектированию кризисов учебно-профессионального развития будущих специалистов, именуемая нами «упреждающей адаптацией» [7].

Термин «упреждающая адаптация» представляется закономерным с семантико-смысловой точки зрения. Глагол «упредить» (упреждать) имеет следующие значения: «сделать что-то раньше кого-либо, чего-либо», «опередить», «предупредить», а его отглагольная форма (причастие «упреждающая») сохраняет в себе тождественную семантику.

Термин «адаптация» в предложенном сочетании уточняет и дополняет значение понятия «упреждающая», придавая высказыванию научные и содержательно-смысловые качества. Упреждающая адаптация рассматривается как система определенных действий, мер, цель которых предупредить, не допустить негативных явлений, осуществить контроль над ними.

Понятия «готовность к деятельности» и «упреждающая адаптация к новым условиям жизнедеятельности» не синонимичны. Готовность к деятельности обучающихся (подготовка, сформированная на предыдущих этапах развития (М.И. Дьяченко, ЛА. Кандыбович) рассматривается нами как фактор адаптации, детерминирующий ее процесс и результат.

Упреждающая адаптация обучающихся по ремесленным профессиям интерпретируется как управляемый процесс введения первокурсников в учебно-профессиональную реальность, обеспечивающий функционирование конструктивных механизмов личности обучающихся на когнитивном, эмоциональном, мотивационном и поведенческом уровнях.

Начиная свою учебно-профессиональную деятельность каждый обучающийся сталкивается с тем, что попадает в совершенно новую атмосферу: новые формы подачи материала, новые формы отчетности по результатам своей работы, новые формы контроля усвоенного материала, новый коллектив и т.д. соответственно возникают трудности адаптации к учебно-профессиональной деятельности. Процесс адаптации индивидуален для каждого в соответствии с личностными особенностями обучающихся. Смягчение процесса адаптации, преодоление трудностей адаптационного процесса позволяет увеличить эффективность образовательного процесса.

Важно отметить, что достижение высокого уровня адаптированности личности к учебной деятельности не является конечной целью, а рассматривается как основа для перехода к более высоким формам активности личности. В период адаптации энергия личности в большей мере направлена на оз-

накопление со спецификой деятельности, овладение соответствующими знаниями, развитие необходимых навыков.

Адаптация к учебному коллективу происходит как процесс оценки и усвоения норм, ценностей, традиций, отношений, существующих в данном коллективе. Благополучное вхождение обучающихся в коллектив характеризуется появлением чувства уверенности в отношениях с членами коллектива, удовлетворенности взаимоотношениями с ними и своей позицией в системе этих взаимоотношений.

Социально-психологический аспект в структуре адаптации личности занимает ведущую роль, опосредующую характер протекания других аспектов адаптации. Психофизиологический и профессиональный аспекты деятельности оказывают также сильное влияние на личность и ее социально-психологическую адаптацию.

Говоря о социально-психологической адаптации личности, мы имеем в виду не столько приспособление к стабильным характеристикам жизнедеятельности, сколько усвоение динамических особенностей образа жизни современного человека, которые являются основой его эмоционального благополучия и прогрессивного развития.

Вхождение молодых людей в систему профессионального обучения, приобретение ими нового социального статуса требует от них выработки новых способов поведения, позволяющих им в наибольшей степени соответствовать своему новому статусу [4]. Такой процесс приспособления может проходить достаточно длительное время, что может вызвать у человека перенапряжение как на психологическом, так и на физиологическом уровнях, вследствие чего у студента снижается активность, и он не может не только выработать новые способы поведения, но и выполнить привычные для него виды деятельности.

Первокурсники испытывают недостаток различных навыков и умений, которые необходимы в вузе для успешного овладения программой. Попытки компенсировать это усидчивостью не всегда приводят к успеху. Проходит немало времени, прежде чем студент приспособится к условиям обучения в вузе. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда и низкая успеваемость на первом курсе и большой отсев по результатам сессии. Одной из причин низких темпов адаптации обучающихся является несогласованность в педагогическом взаимодействии при организации способов обучения. Трудности адаптации – это не что иное, как трудности совмещения усилий преподавателя и обучающихся при организации способов обучения (табл. 2).

Характеристика основных подходов к определению понятия адаптационных трудностей

Автор	Содержание понятия
Б.Г. Зинченко, В.Г. Мещерякова	Адаптация – в широком смысле – приспособление к окружающим условиям. Психологический аспект адаптации – приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами.
Г.А. Балл	Под адаптацией понимается процесс изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебного процесса.
Е.В. Шорохова, Е.С. Кузьмин	Процесс адаптации определяется как процесс активного приспособления человека к среде, в результате которого, достигается соответствия жизнедеятельности личности с условиями среды или равновесие между ними.
М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович	Упреждающая адаптация - особая образовательная деятельность преподавателей по управлению адаптационным процессом и проектированию кризисов учебно-профессионального развития будущих специалистов

В общем виде можно выделить три формы адаптации первокурсников к условиям обучения:

1. Адаптация формальная, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшего учебного заведения, к содержанию обучения в ней, ее требованиям к своим обязанностям;
2. Адаптация общественная, то есть процесс внутренней интеграции (объединения) групп первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;
3. Адаптация дидактическая, касающаяся подготовки обучающихся к новым формам и методам учебной работы.

В процессе адаптации может возникнуть сочетание внешних и внутренних трудностей, которые могут приобрести устойчивый характер, перейти в дезадаптированность. В данном случае возникает противоречие между требованиями изменившейся социальной ситуации и потребностями, стремлениями, ценностными ориентациями обучающихся; между внешним состоянием среды и внутренним состоянием, между объективно возникающими затруднениями и недостаточными субъективными возможностями их преодоления.

Их появление обусловлено активным вхождением обучающихся в разные виды деятельности, необходимостью адаптации к ним и к новой системе требований. Стихийный характер возникновения и преодоления адаптационных трудностей студентов может сопровождаться неадекватными средствами их разрешения, деструктивными вариантами развития их личности (приобщение к психоактивным веществам, суицидальные попытки, межличностные конфликты и т.д.). Для предупреждения негативных проявлений нужна особая образовательная деятельность преподавателей по управлению адаптационным процессом, которая рассматривается нами как упреждающая адаптация.

Под упреждающей адаптацией мы понимаем особую образовательную деятельность преподавателей, отражающую следующие направления их профессиональных действий по управлению адаптационным процессом: сопровождение и предупреждение негативных проявлений переживаемых обучающимися адаптационных кризисов путем использования педагогом специально разработанных адаптирующих средств, создания оптимальных условий для становления субъектов собственной образовательной деятельности [5].

В заключении отметим выявленные нами условия успешного вхождения обучающихся в новую учебно-профессиональную реальность: вовлечение их в разные формы управляемой самостоятельной работы по предмету для формирования рефлексивных и продуктивных умений; включение в научно-исследовательскую работу для формирования исследовательских умений; организация совместной деятельности для выработки умений, связанных с сотрудничеством и учебным творчеством.

Литература

1. Абабков В.А., Пере М. Адаптация к стрессу. Основы теории диагностики, терапии. СПб.: Речь, 2004. 166 с.
2. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. 1989. №1. С. 92–100.
3. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Ч.1. «Coping Stress» и теоретические подходы к его изучению // Психологический журнал. 2006. №1. С.122–133.
4. Зеер Э.Ф., Павлова А.М. Психолого-педагогические технологии подготовки ремесленников профессионального образования // Казанский педагогический журнал. 2007. № 3 (51). С. 44–49.
5. Мирзаянова Л.Ф. Проектирование ситуаций возникновения и преодоления кризиса творческого развития студентов средствами совместной превентивной деятельности // Психология обучения. 2011. № 3. С. 109–123.
6. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. №5. С. 20–28.

7. Павлова А.М. Мотивационный фактор в актуализации профессионально-личностного потенциала субъекта труда // Мир психологии. 2005. № 1(41). С. 170–178.

8. Психологический словарь / Под общ. ред. В.П. Зинченко, В.Г. Мещерекова М.: АСТ-Астрем. 2004. 400 с.

9. Психологический словарь / Под общ. ред. В.А. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политпросвет. 1990. 509 с.

10. Шорохова Е.В., Кузьмин Е.С. Социально-психологические проблемы производственного коллектива. М.: Наука. 1998. 326 с.

11. Haan N. Coping and defending. Process of self-environment organization. N.Y.: Academic Press. 1977. 231 p.

12. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. N.Y.: Springer. 1984. 356 p.

13. Schuarzer R. Stress. Angst und Handlungs Regulation. Stuttgart: Koghammer. 1993. 203 p.

З. И. Исламова

г. Уфа

ИНТЕГРАЦИЯ КАК УСЛОВИЕ СТАНОВЛЕНИЯ НЕПРЕРЫВНОГО МНОГОУРОВНЕВОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Современное профессиональное образование находится в процессе динамических изменений, вызываемых радикальными модернизационными и интеграционными процессами в обществе и экономике. Одной из тенденций его развития является становление региональной системы непрерывного многоуровневого профессионального образования как средства улучшения социально-экономического развития. При этом интеграция понимается нами не как формальное объединение структур в количественном укрупнении, а как нахождение новой формы сопряжения их потенциалов в целях качественной подготовки рабочих и специалистов. Мы исходим из того, что устойчивое развитие современной системы профессионального образования возможно лишь в сближении образовательных учреждений, производства и науки.

Между тем, образовательные реалии ярко демонстрируют картину негативных тенденций развития профессионального образования в РБ:

- система профессионального образования недостаточно соответствует структуре потребностей рынка труда;
- технико-технологическое сопровождение профессионального образования не отвечает требованиям работодателей;